

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Pada 31 Desember 2019, kasus pertama yang terinfeksi penyakit Covid 19 dilaporkan di kota Wuhan, Tiongkok oleh otoritas kesehatan nasional di Tiongkok kepada Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) (Albarelo et al., 2020). Keamanan kesehatan semua negara sangat penting untuk mencegah wabah penyakit covid-19 dengan setiap upaya untuk mendeteksi, melaporkan, dan melembagakan tindakan pencegahan dan pengendalian infeksi harus dilakukan. Peralatan rumah sakit yang canggih, dan keterbukaan, transparansi, serta pelaporan cepat adalah komponen yang penting pada saat ini (Kavanagh, 2020). Pemerintah di seluruh dunia telah menerapkan berbagai bentuk tindakan jaga jarak fisik dengan tingkat keketatan dan ketepatan waktu yang bervariasi. Langkah-langkah tersebut termasuk penutupan sekolah dan tempat kerja, pembatalan acara publik, pembatasan pertemuan massal, penutupan transportasi umum, dan pesan untuk selalu tetap di rumah saja (Koh, Naing, & Wong, 2020). Karena saat ini tidak ada vaksin yang tersedia untuk mencegah infeksi dari virus Covid-19, metode terbaik untuk mencegah infeksi adalah dengan menghindari keramaian (Douglas & Douglas, 2020). Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa virus Covid-19 ditransmisikan selama kontak dekat melalui tetesan pernapasan seperti batuk, bersin dan hubungan jarak dekat (Jiaye Liu et al., 2020)

Aktivitas fisik merupakan strategi fundamental untuk memerangi gaya hidup yang tidak sehat selama situasi ini atau yang serupa, karena berkontribusi untuk menjaga kondisi kesehatan yang optimal, baik fisik maupun mental. Aktivitas fisik tidak hanya membantu mengurangi massa tubuh atau mencegah penyakit kardiovaskular, tetapi juga membantu meningkatkan fungsi sistem kekebalan dan mengatasi infeksi virus (Polero et al., 2021) Hasil penelitian Nelson menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki pola aktivitas yang kurang aktif. Perubahan kebiasaan ini menjadikan mahasiswa memiliki gaya hidup yang pasif sehingga memiliki kebugaran tubuh yang rendah. Hal ini dapat mengganggu prestasi belajar dan kemampuan berfikir mahasiswa dalam menghadapi

permasalahan (Thibri, Restuastuti, & Azrin, 2014). Aktivitas fisik adalah kunci utama untuk kesehatan yang baik dan keseimbangan, serta sikap terhadap aktivitas fisik berkembang melalui proses sosialisasi. Sikap, sebagai bagian dari proses sosialisasi, berkembang selama masa kanak-kanak, remaja, dan dewasa dan dipengaruhi oleh keluarga, kelompok sebaya, sekolah dan masyarakat. Sikap juga terbentuk tentang isu-isu yang berbeda dalam masyarakat, sikap juga dibentuk terhadap bermain, permainan, dan olahraga serta dalam pendidikan jasmani (Kenyon, 1968). Sikap terhadap aktivitas fisik mencerminkan evaluasi positif atau negatif seseorang dalam melakukan aktivitas fisik (Deforche, 2004). Salah satu variabel yang memiliki dampak besar pada studi perilaku aktivitas fisik adalah sikap. Oleh karena itu sejumlah penelitian orang dewasa telah dilakukan untuk menguji hubungan antara keyakinan atau sikap seseorang terhadap aktivitas fisik dan partisipasi aktivitas fisik mereka (Biddle, 1987).

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti akan melakukan penelitian dengan judul **“Perbedaan Sikap Terhadap Aktivitas Fisik Mahasiswa Pada Masa Pandemi Covid-19”**.

1.2 Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan maka masalah penelitian akan diuraikan dalam bentuk pertanyaan penelitian sebagai berikut:

1. Apakah terdapat perbedaan sikap terhadap aktivitas fisik mahasiswa berdasarkan gender pada masa pandemi covid-19?

1.3 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah, maka tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui perbedaan sikap terhadap aktivitas fisik mahasiswa berdasarkan gender pada masa pandemi covid-19.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik dari segi teoritis maupun segi praktis untuk berbagai pihak. Adapun manfaat dari penelitian ini adalah

1. Manfaat Secara Teoritis

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan ilmu pengetahuan bagi para pembaca mengenai perbedaan sikap aktivitas fisik mahasiswa pada masa pandemi covid-19 untuk dijadikan sebuah referensi bagi peneliti selanjutnya.

2. Manfaat Secara Praktik

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan untuk mahasiswa aktif Ilmu Keolahragaan Universitas Pendidikan Indonesia dalam pentingnya melakukan aktivitas fisik selama pandemi covid-19.

3. Manfaat Bagi Masyarakat atau Sosial

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan mengenai pentingnya melakukan aktivitas fisik selama pandemi covid-19.

1.5 Struktur Organisasi Skripsi

Dalam penelitian skripsi ini, peneliti mengurutkan dan menjelaskan sesuai pedoman penulisan karya tulis ilmiah UPI tahun 2018 sebagai berikut:

Bab I latar belakang yang berisikan tentang bagaimana perbedaan sikap terhadap aktivitas fisik mahasiswa pada masa pandemi covid-19. Rumusan masalah untuk mengetahui perbedaan sikap terhadap aktivitas fisik mahasiswa pada masa pandemi covid-19 berdasarkan gender. Manfaat penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan untuk mahasiswa aktif Ilmu Keolahragaan dalam pentingnya melakukan aktivitas fisik selama pandemi covid-19

Bab II berisi tentang kajian teori yang menjelaskan mengenai teori-teori, konsep- konsep dalam bidang yang dikaji. Dalam bagian ini peneliti memaparkan mengenai covid-19, aktivitas fisik, dan sikap terhadap aktivitas fisik. Serta dalam bab ini juga peneliti mencantumkan penelitian terdahulu yang relevan yang berkaitan dengan permasalahan peneliti.

Bab III menjelaskan mengenai metode penelitian, dimana dalam penelitian ini menggunakan metode yaitu deskriptif kuantitatif dan desain penelitian kausal komparatif. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif Ilmu Keolahragaan UPI dengan jumlah populasi sebesar 381 orang dengan populasi laki-

Mohammad Nizar Priya Avila Dhiya, 2021

PERBEDAAN SIKAP TERHADAP AKTIVITAS FISIK MAHASISWA PADA MASA PANDEMI COVID-19

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

laki sebanyak 268 orang dan perempuan 113 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *proportionate Stratified random sampling* yaitu untuk dapat menggambarkan keadaan yang mewakili maka antara kelompok tersebut Dengan menggunakan rumus slovin tingkat kesalahan 10% maka didapat jumlah sampel mahasiswa aktif Ilmu Keolahragaan Universitas Pendidikan Indonesia sebesar 80 orang. Dengan menggunakan instrument berupa angket *Attitude Toward Physical Activity* untuk mengukur sikap terhadap aktivitas fisik. Analisis data menggunakan analisis data statistik uji *indepent sample t test*, dan data sebelumnya di uji normalitas dan homogenitas terlebih dahulu.

Bab IV berisi tentang hasil perhitungan dan penjelasan hasil penelitian, mulai dari pengolahan data lalu melakukan analisis data yang kemudian dijelaskan berupa bentuk tabel. Kemudian dilakukan pembahasan mengenai hasil penelitian yang didapat dengan sumber dari temuan penelitian.

Bab V berisi tentang simpulan, implikasi dan rekomendasi. Dengan mencangkup penjelasan kesimpulan nantinya dari keseluruhan hasil simpulan yang diperoleh dapat memerikan informasi kepada peneliti selanjutnya, yang nantinya diharapkan dapat menjadikan penelitian selanjutnya lebih baik dan dapat menyempurnakan kekurangan penelitian sebelumnya.